VORWERK

Le meilleur pour votre famille

Thermomix & Vous

Votre magazine culinaire



Cuisinez comme le Chef :

Nicolas ISNARD à Prenois p.14-15

Actualités :

Un nouvel arrivé chez Kobold, Top Chrono en cadeau et le livre des soupes dans notre boutique p. 3-4

Nouveauté

Les recettes : valeurs nutritionnelles et nouveaux pictogrammes !

16 recettes

équilibrées, quotidiennes, élaborées et spéciales confitures… fruits et légumes !

L'école Thermomix est exotique : les (futo)makis p. 13

N° 20 Printemps-Été 2009

Thermomix

Sommaire

Info Recettes

- Les recettes sont conçues pour 4 personnes, sauf indications contraires.
- Signification des pictogrammes indiqués dans les recettes :

Léger — Économique — Un temps d'avance
Créatif — Rapide
Sans gluten — Végétarien

Magazine trimestriel édité par :
Vorwerk France Thermomix
5 rue Jacques Daguerre,
case postale 40626 - 44306 Nantes Cedex 3
02 51 85 47 47 - www.thermomix.fr
Directeur de la publication et de la rédaction : Bertrand Lengaigne
Développement des recettes : Anne-Laure Albon
Direction artistique : Anne Le Corre
Photos et stylisme : Michel Lepretre et Aude Lunier
Impression : Imprimerie Watquier 78270 Bonnières-sur-Seine
01 30 93 13 13 - www.imprimerie-watquier.com
ISSN : 1350-4799



Chère cliente, cher client,

Le printemps est désormais bien installé, riche des saveurs des marchés que nous vous proposons de découvrir tout au long de nos nouvelles recettes : confitures de légumes, mijoté de légumes printaniers ou tatin d'agneau et aubergine aux parfums d'été... Déjà la saison des moissons se profile avec son bouquet de bonnes nouvelles :

Avez-vous découvert notre espace recettes ? Depuis qu'il a vu le jour le 13 février, il grandit vigoureusement alimenté par vos délicieuses créations culinaires. Puis, nous vous proposons aussi d'enrichir votre bibliothèque avec les livres "Les soupes en 4 saisons" et "Top Chrono". Nous vous invitons à une promenade gastronomique en Bourgogne où le Chef Nicolas Isnard, tout nouvel étoilé 2009, nous reçoit à l'Auberge de la Charme. Et bien entendu nos Chefs en herbe sont accueillis par Mixie dans son atelier pour la confection d'une amusante recette de poulet aux cacahouètes.
Vorwerk c'est aussi une grande famille et nous sommes heureux de vous annoncer la naissance de l'étonnant Polsterboy, son petit dernier dans la division KOBOLD.
Nous vous souhaitons de passer un bel été, tout aussi joyeux que savoureux !

Bertrand Lengaigne
Directeur Thermomix France

Agenda des *Ateliers culinaires*

Rejoignez-nous avec ou sans amis à un atelier culinaire dans une de nos agences régionales.

30 avril
5 juin
3 juillet

Pour vous inscrire contactez le 02 51 85 47 47 ou sur notre site www.thermomix.fr rubrique atelier culinaire !



Afin de garantir la qualité des démonstrations, les places sont limitées et seules les personnes inscrites **POURRONT ETRE** admises.

Saveurs et envies de printemps-été

Les Légumes
- Pomme de terre de Noirmoutier, carotte sanguine, ciboulette

Les Fruits
- Pomme Gala, Reine des Reinettes, figue, Mara des bois

Les Poissons
- Truite, sardine, seiche

Les Viandes
- Lapereau, jambon Serrano



« Votre Espace Recettes est un véritable succès depuis son lancement le 14 février !

Facilement accessible sur notre site www.thermomix.fr, l'Espace Recettes a été créé pour vous permettre de publier vos recettes préférées réalisées avec le Thermomix et de les échanger avec 55 000 internautes passionnés.



Vous avez 1 à 3 ingrédients dans votre frigo ? Ou votre régime alimentaire vous interdit 1 ou 2 ingrédients ? Ouvrez le frigo : entrez les ingrédients de votre choix ou même ceux que vous ne voulez pas et découvrez en 1 clic notre liste de recettes possibles à réaliser.



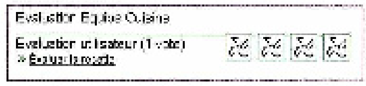
Mais qu'allez-vous concocter à vos invités ce week-end ? Consultez plus de 400 recettes classées en 8 catégories !

Quoi de neuf dans les recettes ? Consultez les derniers commentaires des internautes ou les dernières recettes testées.



Vous venez de concocter une recette dont vous êtes fiers ? Bien entendu partagez vos créations en les publiant grâce à un formulaire simplifié !

Quelles sont les recettes qui ont été publiées pendant vos vacances ? Faites une recherche chronologique et découvrez toutes les recettes publiées pendant une période donnée.



Vous avez testé des recettes publiées sur notre site ? Appréciez-les en leur attribuant de 1 à 4 ailettes. Ou échangez vos impressions avec l'auteur(e) et ceux qui ont goûté les recettes dans l'espace « commentaires » (plus de 200 à ce jour).

Découvrez également notre sélection de recettes dans le menu du mois.
Et bien entendu le forum demeure le lieu privilégié d'échanges de conseils ou de petits trucs et astuces.
Alors à tout de suite sur votre espace culinaire Thermomix !
www.thermomix.fr

« Votre intérieur respire la santé avec KOBOLD !



Vous connaissez sans doute notre deuxième produit phare, l'extracteur de poussière Kobold jamais égalé à ce jour !





KOBOTEX
Notre détachant pour votre famille

Efficace sur vos nappes, serviettes, vêtements, mais aussi sur vos moquettes, tapis, canapés... en un mot **sur tous vos textiles !**
Même les taches les plus récalcitrantes n'y résistent pas !

POLSTERBOY
Le nouveau compagnon de votre Kobold

Notre solution tout-terrain pour l'entretien de vos revêtements textiles, mais aussi de l'intérieur de votre voiture et des espaces peu accessibles.

BIENTÔT DISPONIBLE !



Pour plus d'informations, contactez vite notre Service Clients au
02 518 547 47
ou rendez-vous sur www.vorwerk-kobold.fr
pour découvrir toute l'actualité de Kobold et nos offres exceptionnelles !

ABONNEMENT
Thermomix & Vous
Votre magazine culinaire

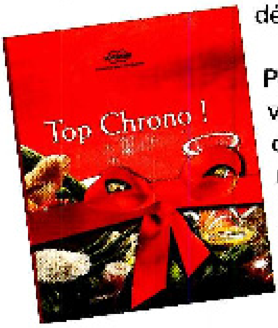
Cher client et chère cliente,
Veuillez noter que vous pourrez désormais vous réabonner à votre magazine "Thermomix et Vous" en retournant ce coupon dûment rempli au verso.

Votre entourage rêve de découvrir le Thermomix ?

Vous avez envie de nouvelles recettes ?



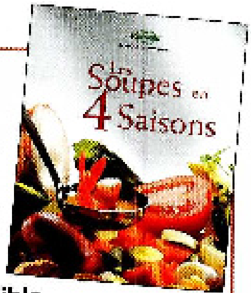
Invitez trois amis ou proches qui ne connaissent pas le TM 31 à passer un moment convivial autour d'une appétissante démonstration culinaire à votre domicile !



Pour toute réunion culinaire organisée chez vous, entre le **25 mai et le 21 juin**, votre conseillère vous offrira un cadeau parmi les livres proposés et... un deuxième cadeau exceptionnel : le livre **TOP CHRONO** ou comment manger bon et sain tout en conciliant les contraintes de temps de la vie quotidienne.

Alors contactez-vite votre conseillère habituelle
ou le service clients au 02 51 85 47 47
ou demandez une dégustation sur notre site
www.thermomix.fr / rubrique « contactez-nous ».

Velouté d'asperges », « gazpacho », « marmite du pêcheur », « soupe de chocolat aux fruits frais »



Froides ou chaudes, sucrées ou salées, traditionnelles ou tendances, régalez-vous en toutes saisons et toutes occasions de délicieuses recettes de soupes, veloutés, crèmes ou consommés.

Notre livre « Les soupes en 4 saisons » est désormais disponible
auprès de notre service client au 02 51 85 47 47
ou auprès de notre boutique en ligne sur notre site
www.thermomix.fr / rubrique : la boutique Vorwerk / TM 31

Concours carte postale "lutin"



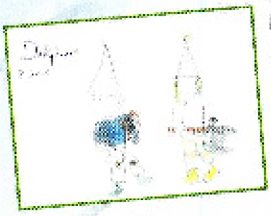
Un grand bravo à Mme GUERIN de Clelles en Trives pour sa participation au tirage au sort des plus jolies cartes postales « lutin » !
Sa conseillère Cécile de Parseval lui a remis avec joie le tout nouvel extracteur KOBOLD 136 !
De plus, nous avons décidé de récompenser les trois plus jolies cartes postales : ainsi Mme Sailard (1), Mme Guiheneuf (2) et Melle Bullot (3) recevront la mascotte Kobold : Koboldino.
Félicitations à nos gagnantes !



1



2



3

Quelques précautions...

Chère cliente, cher client,
Dans un souci constant d'amélioration des normes de sécurité internationales et du confort d'utilisation de votre TM 31, nous vous demandons de bien vouloir respecter les consignes suivantes :

- Ne recouvrez pas le couvercle du bol d'un torchon ou objets similaires lorsqu'il contient des aliments bouillants.
- Faites attention lorsque vous mixez des aliments très chauds. N'appuyez pas sur le bouton Turbo lorsque vous mixez des aliments bouillants.
- Placez le gobelet doseur correctement dans le trou du couvercle. Ne le touchez pas et ne le bloquez pas lorsque vous mixez des aliments très chauds.
- N'utilisez pas la température Varoma pour cuire ou réchauffer de grandes quantités d'aliments (2 litres) si vous n'employez pas le Varoma.
- N'ouvrez le bol que lorsque les aliments ne tournent plus. N'ouvrez pas le couvercle avant l'arrêt du moteur.

Et bien entendu lisez attentivement le guide d'utilisation avant d'utiliser l'appareil, afin de pouvoir élaborer pas à pas et en toute sécurité de délicieuses recettes avec votre TM 31.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir dans la réalisation de vos recettes.

Votre équipe Thermomix

Je désire m'abonner au magazine "Thermomix et Vous" pour 4 numéros exclusifs au prix de 15 €.
Je joins un chèque de **15 € à l'ordre de COMPOSTYLE**.

Nom : .... Prénom : ....

Adresse : ....

Code Postal : .... Ville : ....

E-mail : ....

Coupon à retourner affranchi au tarif en vigueur à : **COMPOSTYLE, 8 rue Pasteur, BP 27 - 78270 BONNIERES-SUR-SEINE**
Offre valable en France métropolitaine.

Jus multivitaminé



Raviolis asperge-roquette



Nems marines



Verrines poire-framboise



Raviolis asperge-roquette

Entrée

Valeur nutritionnelle par portion > 344 kcal • 1447 kJ • 17g de protéines • 32 g de glucides • 11 g de lipides

Préparation : 30 mn + Thermomix : 25 mn + Cuisson : 5 mn

<u>La pâte à raviolis</u>
150 g de farine
2 petits œufs
1 1/2 c. à café de sel
<u>La garniture</u>
24 pointes d'asperges
1000 g d'eau
5 feuilles de sauge pour le bouillon
1 tranche de pain de mie
40 g de lait
30 g de parmesan
1 gousse d'ail
Le zeste d'un 1/2 citron vert
Le jus d'un 1/2 citron vert
50 g de roquette
100 g de mozzarella
Sel
Poivre
Huile d'olive

Conseils Thermomix
Préparez votre pâte à l'avance. De même il existe des moules à raviolis qui facilitent le façonnage des étapes 7 et 8 !

- <u>La pâte à raviolis</u> : verser tous les ingrédients dans le bol et programmer 2 mn / [symbole] / [symbole]. Sortir la pâte du bol, la façonner en boule puis recouvrir d'un linge ou d'un film alimentaire avant de placer au frais. Rincer le bol.
- <u>La garniture</u> : Verser l'eau et la sauge dans le bol, amener l'eau à ébullition pendant 8 mn / Varoma / vit 2. Pendant ce temps éplucher les asperges et ne disposer que les pointes dans le panier de cuisson (garder les tiges pour réaliser un velouté par exemple).
- Puis insérer le panier, et programmer 15 mn / Varoma / vit 2. Pendant ce temps faire tremper le pain dans le lait. Découper les fromages en morceaux et réserver. Éplucher l'ail, rincer et essorer la roquette, zester le citron.
- À la sonnerie, refroidir les asperges sous l'eau froide et laisser égoutter. Vider et essuyer le bol. Placer le Parmesan dans le bol et le mixer pendant 5 sec / vit 9. Débarrasser dans un récipient et réserver.
- Placer l'ail et le zeste dans le bol et hacher pendant 10 sec / vit 8. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
- Ajouter la roquette, la mozzarella, le pain trempé, le jus de citron, du sel et du poivre, et mixer pendant 10 sec / vit 7. Réserver.
- Couper la pâte à raviolis en 2. L'étaler très finement en rectangles de 20 cm x 12 cm environ. Répartir la garniture en petits tas espacés sur une moitié du rectangle. Déposer 1 pointe d'asperge par ravioli. Mouiller au pinceau la pâte non garnie et rabattre sur la partie garnie. Appuyer entre les petits tas pour sceller les raviolis et découper à l'aide d'une roulette dentelée.
- Mettre une grande casserole d'eau salée à bouillir et plonger les raviolis pendant 5 mn : ils doivent remonter à la surface. Servir bien chauds avec un filet d'huile d'olive et saupoudrés de parmesan.

Jus multivitaminé

Boisson

Merci à Jeannette Couriol de Martinique

Valeur nutritionnelle par portion > 164 kcal • 688 kJ • 1 g de protéines • 35 g de glucides • 0 g de lipides

Préparation : 10 mn + Thermomix : 1 mn 10 sec

1/2 pamplemousse
1 orange
1 citron
1 jeune branche de céleri (celle proche du cœur)
2 carottes (100 g environ)
100 g de sucre roux
300 g de glaçons
2 brins de persil
250 g de chair d'ananas
400 g d'eau

- Éplucher tous les agrumes à vif et récupérer les quartiers sans la peau. Éplucher les carottes et le céleri, les couper en morceaux .Verser le sucre dans le bol et pulvériser pendant 10 sec / vit 9.
- Ajouter les glaçons et mixer pendant 30 sec / vit 9.
- Puis introduire tous les ingrédients et programmer 30 sec / vit 10.

Conseils Thermomix
Dégustez les jus rapidement car la vitamine C est très fragile à l'air et la lumière !

Verrines poire-framboise

Dessert

Valeur nutritionnelle par portion > 297 kcal • 1260 kJ • 2 g de protéines • 58 g de glucides • 6 g de lipides

Préparation : 20 mn + Thermomix : 13 mn

300 g de framboises
100 g de sucre gélifiant cuisson rapide
3 belles poires bien mûres
1 sachet de sucre vanillé
150 g de nectar de poire
1 c. à café rase d'agar-agar (magasin bio)
50 g de chocolat noir 64%
2 c. à soupe de liqueur de framboises ou de Cointreau (facultatif)

Conseils Thermomix
Les verrines sont des montages de plusieurs recettes contrastant tant en terme de textures que de couleurs. Suivant vos goûts et votre créativité, vous pouvez bien entendu changer une partie de la recette par une autre.
L'agar-agar est un gélifiant végétal très utilisé au japon et fabriqué à base d'algues.

- Garder quelques framboises pour décorer. Placer les framboises et le sucre gélifiant dans le bol et programmer 7 mn / 100° / vit 1. Ôter le gobelet. À la sonnerie, répartir dans les verres et placer au froid.
- Nettoyer le bol. Éplucher les poires et retirer le cœur, détailler une poire en petits dés et les répartir dans les verres contenant le confit de framboises. Remettre au froid. Placer l'autre poire coupée en gros morceaux dans le bol avec le sucre vanillé, le nectar et cuire pendant 5 mn / 100°/ vit 2. Ôter le gobelet. Ajouter la liqueur de framboise, l'agar-agar et mélanger pendant 10 sec / vit 3.
- Puis débarrasser dans un récipient et laisser tiédir. Répartir la gelée dans les verres et réserver au froid pendant au moins 2 heures. Pendant ce temps faire des copeaux de chocolat à l'aide d'un économe et réserver.
- Au moment de servir, décorer de framboises fraîches et de copeaux de chocolat noir.

Nems marines

Plat

Valeur nutritionnelle par portion > 357 kcal • 1488 kJ • 25 g de protéines • 10 g de glucides • 24 g de lipides

Préparation : 20 mn + Thermomix : 25 mn 20 sec + Cuisson à la poêle : 5 à 6 mn

Pour 16 nems environ

<u>Le coulis de tomates :</u>
3 tomates bien mûres
1/2 oignon
1 c. à café de sucre en poudre
1 c. à soupe d'huile d'olive
100 g d'eau
<u>Les nems :</u>
2 belles courgettes
20 g d'huile d'olive et 20 g pour la cuisson à la poêle
350 g de thon rouge désarété et sans peau
1 gousse d'ail
2 c. à soupe bombée de fromage frais (ou blanc)
20 g d'olives dénoyautées
5 g de basilic et quelques feuilles
<u>Pour la finition :</u>
1 c. à soupe de câpres au vinaigre
2 c. à café de concentré de tomate
Sel
Poivre

Conseils Thermomix
Le thon peut être remplacé par tout autre poisson de saison, soigneusement désarété.
Réalisez vos coulis de tomates l'été et congelez-les dans des sacs à glaçons facilement portionnables, vous profiterez ainsi toute l'année du meilleur de la saison.

- Couper les tomates en 4, éplucher l'oignon, les mettre dans le bol. Ajouter le sucre, l'eau et l'huile, programmer 10 mn / Varoma / vit 2. Pendant ce temps réaliser 16 larges tagliatelles de courgettes à l'aide d'un raseur* et les disposer bien à plat dans le varoma. Les arroser d'huile d'olive. Découper le thon en dés et les placer dans le panier de cuisson.
- À la sonnerie, mixer 10 sec / vit 7. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
- Puis insérer le panier de cuisson et mettre le Varoma en place, programmer 15 mn / Varoma / vit 1.
- Vider le bol et réserver le coulis de tomates. Rincer le bol. Verser le thon, la gousse d'ail épluchée, le fromage frais, les olives, le basilic, les câpres, le concentré de tomates, dans le bol et mixer pendant 10 sec / ⟲ / vit 5.
- Mettre les tagliatelles de courgettes bien à plat ; prélever 1 c. à soupe bombée de farce, la déposer au bord d'une tagliatelle, façonner pour que la farce ne dépasse pas, enrouler serré. Renouveler jusqu'à épuisement des tagliatelles. Chauffer de l'huile d'olive dans une poêle anti-adhésive et faire revenir les nems sur toutes les faces pendant quelques minutes et servir bien chaud avec le coulis de tomate.

** ou d'un économe mais les tagliatelles seront moins régulières*

Mini chaussons épinard-cresson



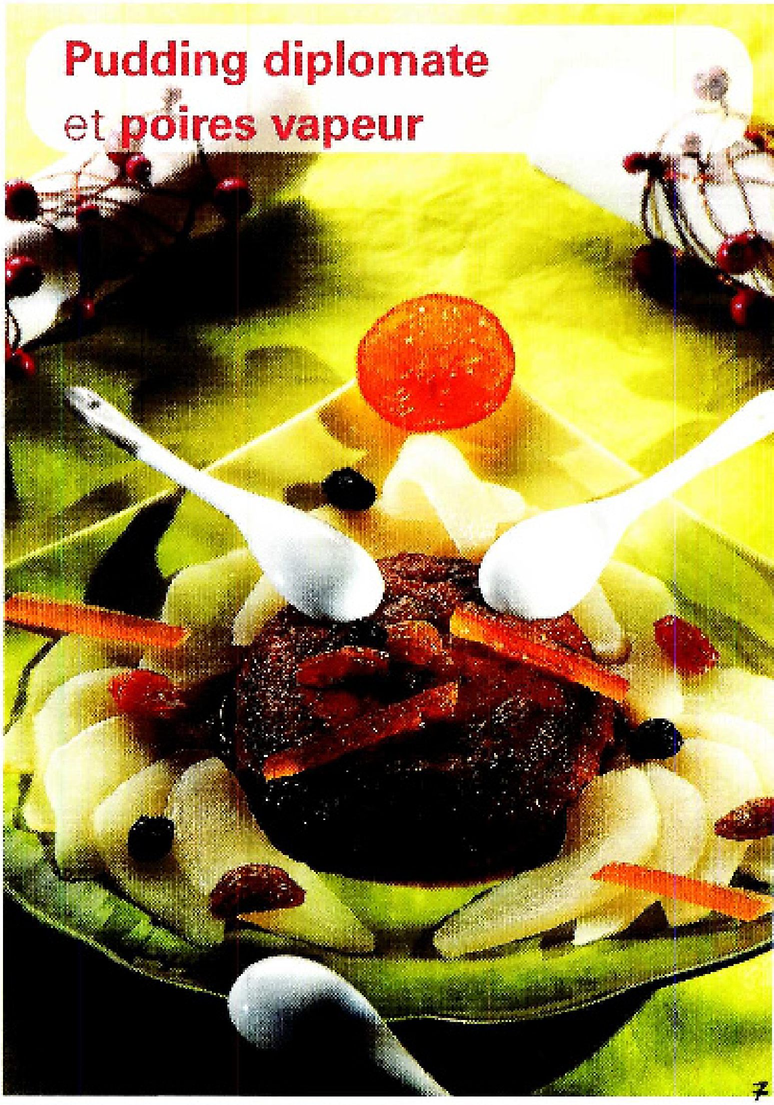
Volaille au beurre d'herbes



Mélange de légumes printaniers



Pudding diplomate et poires vapeur



Volaille au beurre d'herbes

Viande

Valeur nutritionnelle par portion > 283 kcal • 1185 kJ • 31 g de protéines • 5 g de glucides • 14 g de lipides

Préparation : 10 mn + Thermomix : 30 mn 15 sec

4 filets de poulet (140 g chacun environ)
2 belles gousses d'ail
5 g de persil équeuté et quelques feuilles pour la finition
5 g de basilic
Quelques feuilles d'estragon (facultatif)
40 g de beurre demi-sel bien froid
Poivre
500 g de haricots verts (ou pois gourmands)
1 500 g d'eau
Sel

Conseils Thermomix
La dinde, plus sèche, s'accommode également très bien de cette manière.
Si vous utilisez des légumes surgelés, prolongez le temps de cuisson de 10 minutes environ.

- Étaler une feuille de papier sulfurisé préalablement mouillée dans le fond du Varoma. Ouvrir les filets en deux dans le sens de l'épaisseur, les aplatir avec le plat de la lame d'un grand couteau. Réserver.
- Éplucher les haricots verts et l'ail. Placer l'ail, le basilic et le persil dans le bol et mixer pendant 4 sec / vit 5. Racler les parois du bol avec la spatule.
- Ajouter le beurre en morceaux et le poivre et mixer pendant 10 sec / vit 7. Vous obtenez une « semoule ». Réserver 1 c. à soupe de beurre aux herbes pour la finition. Étaler le reste sur les filets et les refermer soigneusement avec des piques en bois. Puis les placer dans le varoma.
- Verser l'eau dans le bol (sans rincer), ajouter 2 pincées de sel, insérer le panier et y placer les haricots verts. Mettre le Varoma en place et programmer 30 mn / Varoma / vit 1. Servir bien chaud avec le beurre aux herbes réservé.

Mini chaussons épinard-cresson

Entrée

Valeur nutritionnelle par portion > 325 kcal • 1372 kJ • 5 g de protéines • 23 g de glucides • 26 g de lipides

Préparation : 15 mn + Thermomix 12 mn + Cuisson au four : 25 mn

Pour 24 chaussons environ

150 g de farine
150 g de beurre congelé au préalable
1 pincée de sel
75 g d'eau froide
1000 g d'eau
200 g d'épinards
100 g de cresson
1 tranche de jambon sec (30 g) ou des bâtonnets de bacon
1 œuf
1 c. à soupe de crème fraîche
Poivre
1/4 de c. à café de muscade
30 g de lait

Conseils Thermomix
Ajoutez au gré de vos envies herbes et épices de votre choix.
Remplacez le jambon par des dés de poisson fumé.

- Préchauffer le four à 210° (th 7). Verser la farine, le beurre congelé, le sel et l'eau froide dans le bol et mixer 15 sec / vit 6. Puis 10 sec / ⟲ /vit 2 pour décoller la pâte du fond du bol. Etaler la pâte en rectangle, et la replier en trois. Répéter cette opération au moins trois fois en abaissant la pâte à chaque fois au rouleau. Placer au frais.
- Rincer le bol, verser l'eau et programmer 6 mn / Varoma / vit 1.
- Pendant ce temps nettoyer les épinards et le cresson et les équeuter. À la sonnerie, les placer dans l'eau et programmer 5 mn / 100° / ⟲ / 🥄. Puis égoutter en pressant à l'aide de la spatule pour retirer le maximum de jus de cuisson.
- Placer le jambon dans le bol et hacher 4 sec /vit 5.
- Puis ajouter les épinards, le cresson et le reste des ingrédients (sauf le lait) et mixer pendant 5 sec / vit 6.
- Graisser légèrement une plaque à pâtisserie. Abaisser la pâte sur une épaisseur de 3 mm environ et détailler des disques de 6 cm environ. Déposer un peu de farce sur la moitié du disque à 1 cm du bord, mouiller les bords et replier pour former un chausson. Pincer les bords pour les souder à l'aide des dents d'une fourchette. Déposer les mini chaussons sur la plaque, passer le lait sur le dessus à l'aide d'un pinceau de cuisine pour les faire dorer et enfourner pendant 25 mn à 180°.

Pudding diplomate et poires vapeur

Dessert

Valeur nutritionnelle par portion > 476 kcal • 2007 kJ • 14 g de protéines • 78 g de glucides • 11 g de lipides

Préparation : 10 mn + Thermomix : 53 mn 10 sec

160 g de sucre roux
80 g d'eau + 400 g pour la cuisson
50 g de raisins secs blonds
50 g d'oranges confites coupées en petits dés
2 c. à soupe de rhum ambré
4 œufs
400 g de lait entier à température ambiante
4 biscuits à la cuillère émiettés
2 poires coupées en deux.

- Dans un récipient, verser les raisins et les fruits confits avec le rhum. Mélanger et laisser macérer.
- Verser 80 g de sucre et 80 g d'eau dans le bol, programmer 10 mn / Varoma / vit 1. Répartir ce caramel dans 4 moules en céramique en nappant bien les bords. Laver le bol.
- Mettre les œufs et le sucre restant dans le bol, mélanger 1 mn / vit 4.
- Insérer le fouet, verser le lait, programmer 10 mn / 90° / vit 3.
- Ajouter les biscuits à la cuillère, les fruits et leur marinade, mélanger 10 sec / vit 2.
- Répartir le mélange entre les ramequins, les recouvrir de film alimentaire et les placer dans le Varoma. Disposer les poires dans le panier.
- Verser le reste d'eau dans le bol, mettre le panier en place et insérer le Varoma, cuire 30 mn / Varoma / vit 1.
- Laisser refroidir, retourner sur des assiettes individuelles et servir frais avec les moitiés de poires pochées et coupées en fines lamelles et disposées en éventail.

Mélange de légumes printaniers

Accompagnement

Valeur nutritionnelle par portion > 224 kcal • 935 kJ • 10 g de protéines • 13 g de glucides • 14 g de lipides

Préparation : 15 mn + Thermomix : 31 mn + Cuisson à la poêle : 1 mn

1 000 g d'eau
100 g de bouquets de brocolis
100 g de pointes d'asperges
150 g de pommes de terre à chair ferme
2 carottes nouvelles
2 jeunes courgettes
1 gousse d'ail
100 g de talon de jambon cru
20 g d'huile d'olive
100 g de crème légère (ou de soja)
1 c. à café de sel
4 tours de moulin de poivre

Conseils Thermomix
Vous pourriez également cuire tous les ingrédients (sauf la crème) dans l'eau et réaliser ainsi un savoureux bouillon. Servir avec une pointe de crème légère.

- Verser l'eau dans le bol et amener à ébullition pendant 8 mn / Varoma / vit 1. Pendant ce temps, éplucher tous les légumes. Détailler les brocolis en petits bouquets, les pommes de terre en dés (2 x 2 cm), réserver.
- Éplucher les asperges et placer les pointes dans le panier de cuisson (garder le reste pour réaliser un potage d'asperge). Réaliser des tagliatelles de courgettes et de carottes et les placer dans le Varoma.
- À la sonnerie, verser les bouquets de brocolis dans le bol ; insérer le panier de cuisson, mettre le Varoma en place et programmer 15 mn / Varoma / ⟲ / vit 1.
- Pendant ce temps, découper le jambon en petits dés. À la sonnerie égoutter tous les légumes dans le varoma et réserver. Verser l'huile dans le bol et la gousse d'ail et donner 1 impulsion de turbo. Racler les parois du bol.
- Ajouter les morceaux de jambon et cuire pendant 5 mn / Varoma / ⟲ / 🥄. Ôter le gobelet.
- Verser les légumes (sauf les asperges) et le reste des ingrédients dans le bol et faire mijoter pendant 2 mn / 90° / ⟲ / 🥄. Ôter le gobelet. Servir chaud avec les pointes d'asperges.

Crème d'artichaut et nuage cannelle



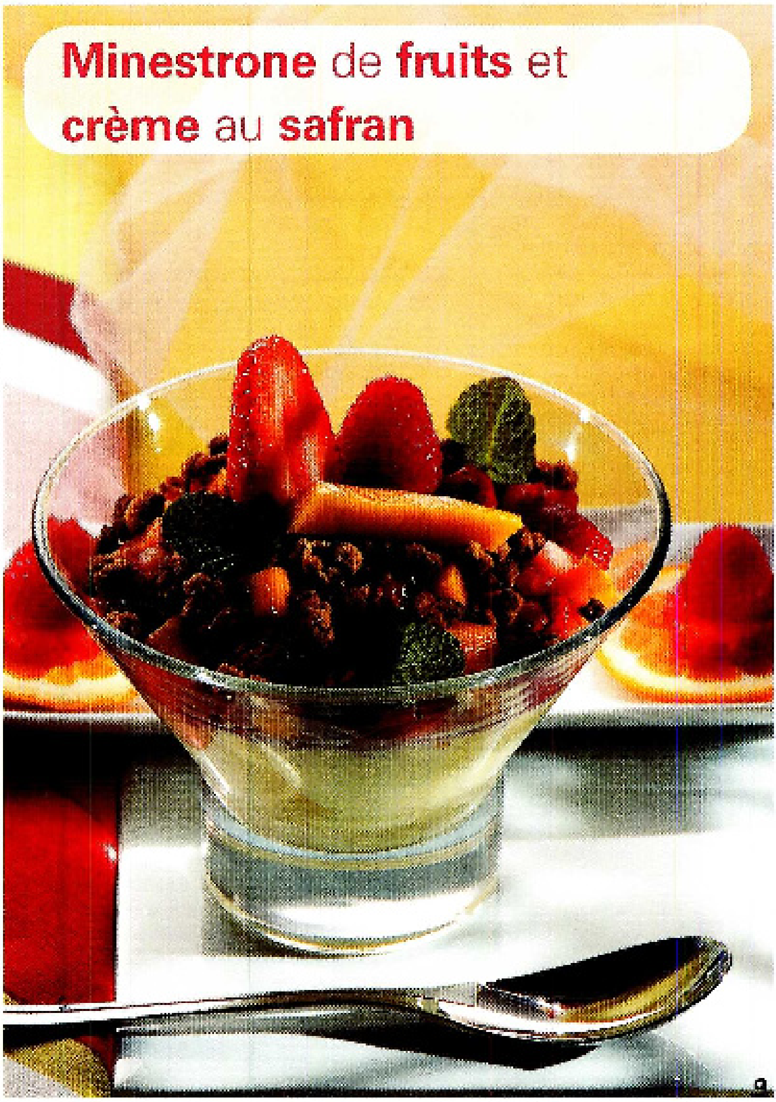
Tatin d'agneau et aubergine



Mousse chocolat-caramel



Minestrone de fruits et crème au safran



Tatin d'agneau et aubergine

Plat

Valeur nutritionnelle par portion > 788 kcal • 3278 kJ • 31 g de protéines • 30 g de glucides • 60 g de lipides

Préparation : 30 mn + Thermomix : 26 mn 45 sec + Cuisson au four : 20 mn

200 g de pâte feuilletée Thermomix. (à table p. 109)
400 g viande d'agneau dénervée
200 g de crème fraîche
1 tranche de pain de mie coupée en morceaux
3 œufs moyens
1 c. à café rase de sel gris
6 tours de moulin de poivre
3 pincées de cumin en poudre
1/2 oignon
1 gousse d'ail
10 feuilles de basilic
1 tomate (100 g)
200 g de bouillon d'agneau ou de légumes (ou 1/2 cube de bouillon et 200 g d'eau)
2 aubergines

Conseils Thermomix

Cette recette s'accommode de bien des viandes : pour utiliser vos restes de viandes par exemple.

- Préparer la pâte feuilletée et réserver au frais.
- Couper l'agneau en gros morceaux, en placer 350 g dans le bol, mixer pendant 1 mn / vit 8. Couper le reste de la viande en petits cubes de 1 cm environ.
- Ajouter la crème, le pain, les œufs, le cumin, assaisonner et mixer pendant 20 sec / vit 7. Débarrasser dans un récipient, ajouter les dés d'agneau, mélanger et réserver.
- Nettoyer le bol. Verser l'huile d'olive, l'oignon, l'ail, le basilic et la tomate et hacher pendant 5 sec / vit 7. Racler les parois à l'aide de la spatule.
- Verser le bouillon dans le bol. Couper les aubergines en 4 et les placer côté chair dans le Varoma. Mettre le Varoma en place et programmer 25 mn / Varoma / vit 1. Pendant ce temps, diviser la pâte feuilletée en 2 (2/3 et 1/3). Abaisser en 2 disques sur 0,3 mm environ et réserver.
- Préchauffer le four à 180° (th. 6). Récupérer la chair des aubergines à l'aide d'une cuillère, la verser dans le bol et mixer 20 sec / vit 8. Conserver la peau des aubergines.
- Couper la peau des aubergines en lanières et les disposer sur les bords d'un plat à tarte (26 cm Ø) en faisant déborder légèrement sur le fond. Foncer avec le plus petit des disques de pâte. À la sonnerie, verser le caviar d'aubergines, puis l'agneau, couvrir de la pâte feuilletée en rentrant les bords. Enfourner pendant 20 mn à 180°.
- Au moment de servir, retourner sur un plat de service. Servir bien chaud avec une salade verte.

Crème d'artichaut et nuage cannelle

Entrée

Valeur nutritionnelle par portion > 154 kcal • 644 kJ • 11 g de protéines • 8 g de glucides • 9 g de lipides

Préparation : 20 mn + Thermomix : 35 mn

La crème d'artichaut :
600 g d'eau
1/2 cube de bouillon de volaille (ou de légumes)
400 g de fonds d'artichauts
Le jus d'1/2 citron
1 gousse d'ail
30 g de champignons de Paris
200 g de lait entier
30 g de beurre
Sel
Poivre

Le nuage cannelle :
200 g de lait écrémé
1/2 c. à café de cannelle en poudre

Conseils Thermomix

Si vous ne disposez pas de beaucoup de temps, ou hors saison, pensez à utiliser des artichauts en conserve, sans citronner dans ce cas.
Cette entrée pourra être également servie en verrines froides et bue à la paille.

- Verser l'eau et 1/2 cube de bouillon dans le bol et programmer 8 mn / Varoma / vit 2. Pendant ce temps, couper les fonds d'artichauts en lanières, les arroser du jus de citron, éplucher la gousse d'ail.
- Puis placer les artichauts, la gousse d'ail et les champignons dans le bol et cuire pendant 25 mn / 100° / ↺ / vit 1. Ôter le gobelet.
- Égoutter au-dessus d'un récipient et récupérer 400 g de jus de cuisson. Reverser ce jus, les légumes et le reste des ingrédients de la crème dans le bol et mixer pendant 1 mn / 80° / vit 9. Répartir dans des bols à soupe ; rincer et essuyer le bol.
- Insérer le fouet, verser le lait dans le bol, et programmer 4 mn / vit 4. Au bout de la 3ème minute ajouter la cannelle à travers le couvercle. Répartir la mousse ainsi obtenue sur la crème d'artichauts et servir aussitôt.

Minestrone de fruits et crème au safran

Dessert

Valeur nutritionnelle par portion > 793 kcal • 3289 kJ • 10 g de protéines • 44 g de glucides • 64 g de lipides

Préparation : 20 mn + Thermomix : 12 mn + Cuisson au four : 20 mn

200 g de fraises parfumées
100 g de framboises
1 belle pêche
2 c. à soupe de liqueur de fraises (facultatif)
2 c. à soupe de jus d'orange
50 g de cassonade
30 g de poudre d'amandes
50 g de beurre mou
50 g de farine
500 g de crème liquide à 35% de m. g.
50 g de miel
50 g de sucre en poudre
10 filaments de safran
5 jaunes d'œufs

Conseils Thermomix

Cette préparation alterne froid et tiède, moelleux et croquant et des fruits en couches très colorées. Pour gagner du temps le jour J : préparez l'appareil à crème la veille. Les fruits sont à varier en fonction des saisons et des régions.

- Préchauffer le four à 100° (th. 3-4).
- Préparer la crème : placer le miel, le sucre, le safran et la crème dans le bol et cuire pendant 10 mn / 100° / vit 1.
- Ajouter les jaunes d'œufs et mélanger pendant 1 mn / vit 3. Verser l'appareil à crème dans un plat en céramique et enfourner pendant 35 mn. Sortir la crème du four, la répartir entre les verrines, laisser refroidir et les placer au réfrigérateur.
- Éplucher et détailler les fruits en petits cubes et les placer dans un saladier avec le jus d'orange et la liqueur de fraise, réserver au frais.
- Augmenter la température du four à 210° (th. 7) et position grill.
- Préparer un crumble : verser la cassonade, la poudre d'amandes, le beurre mou coupé en morceaux, la farine dans le bol et mixer 1 mn / 🔒 / ⸙. La pâte doit se présenter sous forme de gros granulés, sinon ajouter de la poudre d'amandes. Égrainer sur une plaque à pâtisserie en couche fine et placer au four pendant 20 mn jusqu'à coloration dorée.
- Au moment de servir : répartir le minestrone de fruits sur les crèmes et saupoudrer de crumble tiède légèrement émietté.

Mousse chocolat-caramel

Dessert

Valeur nutritionnelle par portion > 890 kcal • 5774 kJ • 21 g de protéines • 51 g de glucides • 37 g de lipides

Préparation : 10 mn + Thermomix : 13 mn 5 sec + Cuisson à la casserole : 3 mn + Attente : 4 h

4 gros œufs
1 pincée de sel
75 g de chocolat noir 52 % cacao
75 g de praliné
2 feuilles de gélatine (ou 1 c. à café d'agar-agar en poudre / magasin bio)
1 bol d'eau froide
120 g de sucre
1 c. à café de jus de citron
20 g d'eau
75 g de beurre salé
50 g de crème liquide à 35% m. g.

Conseils Thermomix

La mousse au chocolat est encore meilleure préparée la veille, une raison de plus pour s'organiser à l'avance !
Utilisez le jaune restant pour la réalisation d'une mayonnaise.

- Séparer les blancs des jaunes ; réserver 3 jaunes. Introduire les blancs et le sel dans le bol, insérer le fouet et monter les blancs pendant 7 mn / vit 4 afin qu'ils soient bien serrés. Débarrasser dans un saladier et réserver au froid.
- Casser le chocolat et le praliné dans le bol, hacher pendant 4 sec / vit 7. Racler les parois à l'aide de la spatule.
- Faire fondre le mélange pendant 5 mn / 60° / vit 2.
- Pendant ce temps, mettre la gélatine dans l'eau froide, puis réaliser un caramel : verser le sucre dans une casserole, ajouter le jus de citron et l'eau. Amener à ébullition à feu vif et laisser colorer jusqu'à la teinte caramel claire. Retirer du feu, attendre quelques instants avant d'incorporer le beurre, la crème et la gélatine essorée.
- Verser le caramel dans le bol sur le mélange fondu, ajouter 3 jaunes d'œuf et mélanger soigneusement pendant 1 mn / vit 4.
- Incorporer délicatement le mélange aux blancs montés. Placer au réfrigérateur pendant au moins 4 heures avant de déguster.

Confiture carotte-poire



Confiture allégée framboise-abricot sec



Confiture poivron rouge-fraise



Marmelade tomate verte-agrume



Confiture allégée framboise-abricot sec

Dessert

Valeur nutritionnelle par portion > 338 kcal • 1443 kJ • 3 g de protéines • 80 g de glucides • 1 g de lipides

Préparation : 5 mn + Thermomix : 20 mn 23 sec + Attente : 24 h au moins

500 g de framboises
250 g de sucre roux
1 gousse de vanille
100 g d'abricots secs dénoyautés
2 g d'agar-agar en poudre
(2 feuilles de gélatine)

Conseils Thermomix

Le sucre roux est mieux assimilé par l'organisme que le sucre blanc raffiné tout en ayant le même pouvoir sucrant.

- Placer les abricots dans le bol et hacher grossièrement pendant 3 sec / vit 7.
- Ouvrir la gousse de vanille en deux dans le sens de la longueur. Ajouter le reste des ingrédients sauf l'agar-agar dans le bol et programmer 20 mn / 100° / vit 1. Ôter le gobelet et remplacer par le panier de cuisson.
- Ôter la vanille. Puis verser l'agar-agar et mélanger pendant 20 sec / vit 2. Transvaser dans des bocaux à confitures. Fermer et retourner les bocaux. Placer au frais pendant au moins 24 h et consommer dans le mois.

Confiture carotte-poire

Dessert

Valeur nutritionnelle par portion > 886 kcal • 3770 kJ • 3 g de protéines • 219 g de glucides • 1 g de lipides

Préparation : 10 mn + Thermomix : 30 mn

Pour 4 pots de 400 g

50 g de raisins secs
2 c. à soupe de rhum + 4 c. à soupe d'eau tiède
500 g de carottes
500 g d'eau
1 000 g de poires
1 orange
700 g de sucre à confiture

Conseils Thermomix

Ecumez avant de mettre en pot. Couvrez aussitôt et retournez les pots afin de chasser l'air.

- Dans un récipient, verser le rhum, l'eau et les raisins secs et laisser tremper.
- Verser les 500 g d'eau dans le bol. Eplucher les carottes, les couper en rondelles, les placer dans le panier de cuisson, insérer le panier de cuisson et programmer 20 mn / Varoma / vit 1. Pendant ce temps éplucher les poires, enlever le cœur et les couper en gros morceaux. Exprimer le jus de l'orange.
- À la sonnerie, égoutter les carottes, vider l'eau. Égoutter les raisins, les verser avec les carottes, les poires, le sucre et le jus d'orange dans le bol et programmer 15 mn / Varoma / ⟲ / vit 1. Ôter le gobelet et le remplacer par le panier de cuisson afin d'éviter les projections bouillantes.

Marmelade tomate verte-agrume

Dessert

Valeur nutritionnelle par portion > 554 kcal • 2363 kJ • 3 g de protéines • 136 g de glucides • 1 g de lipides

Préparation : 15 mn + Thermomix : 35 mn

Pour 4 pots de 375 g

1 500 g d'eau
1 000 g de tomates vertes
1 citron non traité
1 grosse orange non traitée
500 g de sucre gélifiant

Conseils Thermomix

Parfumez davantage avec quelques feuilles de basilic.
Pour savoir si vos confitures ou marmelade sont cuites, déposez-en une goutte sur une assiette froide : elle ne doit pas s'étaler.

- Verser l'eau dans le bol et programmer 10 mn / Varoma / vit 1.
- Placer 4 tomates dans le panier de cuisson, l'insérer pendant 1 mn dans l'eau bouillante sans remettre le couvercle. Sortir les tomates et les peler. Répéter l'opération pour toutes les tomates. Vider le bol.
- Couper les tomates en deux et les épépiner, placer une couche de tomates dans le bol puis une couche de sucre. Alterner jusqu'à épuisement des ingrédients. Zester le citron et l'orange et placer les zestes dans le bol, presser les agrumes et récupérer le jus dans le bol. Programmer 35 mn / 100° / vit 1. Ôter le gobelet et le remplacer par le panier de cuisson pour éviter les projections.

Confiture poivron rouge-fraise

Dessert

Valeur nutritionnelle par portion > 246 kcal • 1045 kJ • 2 g de protéines • 60 g de glucides • 1 g de lipides

Préparation : 10 mn + Thermomix : 30 mn 20 sec + Attente : 24 h

500 g de poivrons rouges
(3 gros poivrons environ)
200 g de fraises très parfumées (fraîches ou surgelées)
200 g de sucre gélifiant
1 jus de citron vert

Conseils Thermomix

A testez avec du foie gras ou du fromage de chèvre frais.
Remplacer les fraises de fin de saison par de la liqueur de fraises (100 g), ou de l'orange et du cumin !

- Couper en deux et épépiner les poivrons, les couper en larges lanières et les placer dans le bol. Laver les fraises et les équeuter, les placer dans le bol, verser le sucre et mélanger pendant 10 sec / vit 3.
- Puis programmer 30 mn / Varoma / vit 1. Enlever le gobelet et poser le panier de cuisson à sa place sur le couvercle.
- À la fin de la cuisson ajouter le jus de citron vert et mélanger pendant 10 sec / vit 4.
- Mettre en pots, refermer et retourner les pots afin de chasser l'air. La confiture révèle volontiers ses saveurs après quelques jours de maturation, n'hésitez donc pas à la conserver avant de la consommer.

Les Futomaki
(ou gros rouleaux de sushi)

Valeur nutritionnelle par portion > 380 kcal • 1614 kJ • 13 g de protéines • 75 g de glucides • 2 g de lipides

Préparation : 30 mn + Thermomix : 32 mn + Attente : 1 h environ



Sauce pour le riz
- 120 g de vinaigre de riz
- 1/2 c. à soupe de mirin (magasin bio)
- 40 g de sucre
- 20 g de sel

Le riz
- 1000g d'eau
- 300 g de riz au jasmin ou de riz rond
- 380 g d'eau tiède
- 6 feuilles d'algues Nori déshydratées (magasins asiatiques ou bio)

Les garnitures
- 1/2 concombre
- 100 g de thon rouge très frais désarêté et sans peau ou
- 100 g de saumon très frais désarêté et sans peau
- Wasabi à discrétion
- Gingembre macéré en lamelles (magasin asiatique) *facultatif*

La sauce : verser tous les ingrédients de la sauce dans le bol et programmer **4 mn / 80°/ vit 2**. Verser dans un récipient et réserver au frigo.
Le riz : peser le riz dans le panier de cuisson et le retirer. Puis verser 1 000 g d'eau dans le bol et programmer **8 mn / Varoma / vit 1**. Pendant ce temps laver soigneusement le riz sous l'eau froide jusqu'à ce que l'eau soit bien claire.
Mettre le varoma en place. Découper une grande feuille de papier sulfurisé et la poser dans le varoma, y verser le riz en l'étalant uniformément. Puis activer la fonction balance et verser 380 g d'eau sur le riz, ajouter 1/2 feuille de Nori coupée en lanières pour aromatiser le riz. Poser les autres feuilles à plat sur le plateau vapeur. Puis programmer **30 mn / Varoma / vit 2**. À la fin de la cuisson laisser le riz reposer dans le Varoma fermé pendant 10 mn. Remuer de temps en autre avec la spatule.



1 Enlever les feuilles de Nori et les conserver à plat dans un torchon humide.



2 Refroidir le riz en le remuant délicatement à l'aide de la spatule ; quand le riz a tiédi, ajouter très doucement et tout en remuant 6 c. à soupe de la sauce au vinaigre de riz. Le riz devient brillant et légèrement compact au bout de 5 mn environ.



3 Pendant ce temps, découper le concombre et le poisson en bâtonnets de 1 cm de base.



4 Mettre à plat un set en bambou, y étaler 4 feuilles de Nori bien à plat, en les faisant chevaucher.
Puis étaler le riz sur environ 0,5 cm d'épaisseur.



5 À 2 cm du bord, aligner bâtonnets de concombre et de poisson, wasabi et gingembre,



6 Puis enrouler bien serré en vous aidant du set en bambou.



7 Enfin détailler le rouleau en gros tronçons de 3 cm de largeur environ.

Conseils Thermomix

Accompagnez de sauce soja. Variez les compositions en fonctions de vos envies et de vos goûts : avocat, graines de sésame torréfiées, gambas, omelette, carotte, laitue...

Nicolas Isnard & David Le Comte



Mot de Nicolas : « Bisous à toute l'équipe sans laquelle rien n'est possible ! »

Auberge de la Charme
12 rue de la Charme
21370 PRENOIS
03 83 35 32 84
www.aubergedelacharme.com

A peine installés, déjà consacrés par une première étoile !

Nicolas Isnard se fait porte-parole de la jeune équipe soudée autour de leur tout nouveau projet bourguignon : la Charme. Nicolas, élève au Thermomix, a été attiré dans les cuisines par la gourmandise. En 2004 au coin des fourneaux de l'Auberge du Vieux Puits (86) se forge l'équipe « Isnard-Le Comte », puis les 2 chefs emmènent leurs jeunes épouses dans leur aventure culinaire. En 2008 le quatuor gourmand s'installe à Prenois : Jessica Le Comte dirige la salle, Cécile Isnard a la double toque de Chef pâtissier et de comptable, David manage et gère la logistique tandis que Nicolas officie en cuisine avec Hugo et développe le consulting culinaire. Leur credo est « cuisiner pour le plaisir et faire partager ce plaisir ». À l'instar de Jean-François PIEGE ou de Gilles GOUJON ils offrent à leur clientèle une cuisine conviviale, faussement simple.

Les saveurs des plats sont revisitées et teintées des fraîcheurs du Sud natal de Nicolas et de David : leur bœuf carottes est vivifiée par l'orange, leur blanquette de veau s'agrémente de condiments frais. La brigade pétille de bonne humeur et prend plaisir à créer ensemble l'ambiance de la Charme et sa cuisine de bonheur partagé. Inviter d'autres chefs (Jacques Marcon, Sébastien Richard) fait partie intégrante de leur façon de vivre la restauration : échange, ouverture, respect et amitié. La première étoile leur ouvre la perspective d'une année 2009 sereine et ouverte sur une cuisine d'évasion. Ils militent, en tant que membres engagés de Générations.C, pour une vraie collaboration avec le système éducatif afin de construire des formations solides et homogènes. Ils œuvrent également pour offrir au public une meilleure image des métiers de l'hôtellerie-restauration.
Allez pousser la porte de l'Auberge de la Charme et dégustez un beau moment de générosité...



Soupe à l'oignon revisitée

Préparation : 30 mn + Thermomix : 13 mn 30 sec + Cuisson au four : 4 mn + Attente : 4 h

<u>Glace à l'oignon :</u>
500 g de lait 1/2 écrémé
6 jaunes d'œuf
20 g de sucre
100 g de compotée d'oignons
250 g de crème liquide
Sel & poivre
<u>Soupe :</u>
250 gr d'oignons
500 g de fond de bœuf
Huile d'arachide
Sel & poivre
<u>Emulsion de pain brûlé :</u>
1 échalotte
Vinaigre de Xérès PM
200 g de petite Baguette
250 g de lait
4 tranches de pain de mie
Sel & poivre
<u>Rings :</u>
1 oignon
50 g de farine
Du Comté en copeaux

- <u>La glace à l'oignon :</u> Mettre les jaunes, le sucre et le lait dans le bol 6 mn / 80° / vit 3.
- Ajouter la crème puis mixer 7 sec / vit 5. Laisser refroidir, débarrasser dans des bacs à glaçons et stocker au congélateur pendant 4 h.
- Au moment de servir placer les glaçons dans le bol et mixer 1 mn / vit 6. Insérer le fouet, fouetter 20 sec / vit 4. Réserver au congélateur.
- <u>La soupe :</u> Colorer les oignons émincés avec l'huile d'arachide afin qu'ils soient caramélisés, et déglacer au fond de bœuf. Laisser cuire 45 mn. Les oignons doivent être fondants. Egoutter puis réserver la tombée d'oignons et la soupe.
- <u>L'émulsion :</u> Émincer finement l'échalotte et la faire mariner dans le vinaigre. Tailler des fines tranches de pain et les passer au four 4 mn à 180°. Faire brûler le reste du pain. Disposer le lait dans le bol 5 mn /100° / vit 1.
- Puis ajouter le pain brulé. Mixer 1 mn / vit 8. Tailler des petits croûtons de pain de mie, les colorer en friteuse puis égoutter.
- <u>Rings :</u> Faire des rondelles fines d'oignons, les fariner et les colorer en friteuse à 120°.
- <u>Montage de la tartine :</u> Prendre les toasts, y ajouter de la tombée d'oignons, de la ciboulette taillée en biseau, l'échalotte marinée avec le vinaigre de xérès coupée finement et les rings.
- <u>Dressage :</u> Disposer un peu de tombée d'oignon au centre d'une assiette creuse, ajouter les croûtons par-dessus. Emulsionner la sauce pain brulé, disposer autour. Ajouter une quenelle de glace par-dessus, 2 copeaux de Comté, 1 ring d'oignon. Servir le bouillon à part.



L'œuf en croûte de parmesan, champignons du moment

Préparation : 30 mn + Thermomix : 56 mn + Cuisson à la poêle : 10 mn + Cuisson au four : 10 mn + Attente : 48 h

6 œufs
Huile (pour mémoire)
Farine (pm)
Chapelure de pain de mie (pm)
Sel poivre (pm)
La concassée de tomates :
2 tomates « cœurs de bœuf »
1 échalotte
2 c. à soupe de vinaigre balsamique
1 c.à soupe d'huile d'olive
Sel & poivre (pm)
Poêlée de champignons :
400 g de champignons des bois frais
Huile
Tomates confites
6 cébettes moyennes
Tuiles de Parmesan :
100 g de parmesan frais
Sabayon de parmesan et champignons :
400 g de champignons de Paris
4 œufs
20 g d'eau
1 noix de beurre
Brisures de tuiles de parmesan
70 g de beurre
Sel, poivre (pm)

- 2 jours avant la préparation : placer 4 œufs au congélateur. Écaler vos 4 œufs congelés sous un filet d'eau froide le plus rapidement possible et les remettre au congélateur.
- Préparer une anglaise : mélanger 2 œufs entiers, du sel et un peu d'huile. Puis mettre la farine, l'anglaise puis la dorure dans 3 assiettes différentes placées de gauche à droite dans cet ordre.
- Lorsque les œufs sont bien congelés, les mettre dans la farine et les tapoter afin d'enlever l'excédent, les tremper dans l'anglaise, puis dans la chapelure. Remettre au congélateur et recommencer cette opération 2 autres fois.
- Œuf en croûte : plonger les 4 œufs écalés dans une friteuse à 180° pendant 3 mn. Couper le chapeau et vider le blanc. Conserver les jaunes dans une eau tiède afin de les décongeler doucement.
- La concassé de tomates : mixer finement votre échalotte dans le bol pendant 4 sec / vit 5, racler les parois du bol.
- Ajouter l'huile et suer sans coloration pendant 1 mn/ 100° / vit 4.
- Laver les tomates, enlever leurs pédoncules et les tailler en dés. Les ajouter à l'échalotte.
- Laisser cuire tranquillement 20 mn / 100°/ vit 3, sans le gobelet. Prolonger de 5 à 10 mn en fonction de la consistance. Assaisonnez. On doit obtenir une fondue de tomates assez sèche afin de pouvoir faire des quenelles.
- Poêlée de champignons : laver les champignons des bois. Les poêler dans l'huile chaude, les égoutter.
- Tailler finement les tomates confites et ciseler les cébettes, réserver.
- Tuiles de parmesan : préchauffer le four à 210°. Placer le parmesan dans le bol et raper pendant 7 sec / vit 9. Placer le fromage sur une plaque à pâtisserie préalablement recouverte d'une feuille de papier sulfurisée. Placer au four jusqu'à l'obtention d'une galette dorée.
- Tailler la galette de parmesan en triangles et garder les parures pour le sabayon.
- Sabayon de parmesan et champignons : laver les champignons et les émincer. Les faire sauter dans une poêle avec le beurre et assaisonner
- Quand ils sont bien cuits, les mixer 2 mn / vit 10, ajouter du fond blanc ou de l'eau si nécessaire, débarrasser, réserver.
- Insérer le fouet. Casser les œufs dans le bol, ajouter l'eau; régler 10 mn / 70° / vit 4.
- Ajouter le beurre, puis fouetter 10 mn / 80° / vit 3. Et enfin 12 mn / 100°/ vit 3.
- Retirer le fouet. Ajouter 1/4 de la purée de champignons et les brisures de parmesan et mixer 30 sec / vit 6. Maintenir le sabayon à température douce (60°).
- Dressage : au centre de l'assiette, mettre la purée de champignons chaude. Dessus, poser l'œuf en croûte, le remplir avec le jaune et de la fleur de sel. Remplir de sabayon à hauteur et refermer avec le couvercle. Sur un côté, ajouter la poêlée chaude de champignons avec les dés de tomates confites et la cébette ciselée.

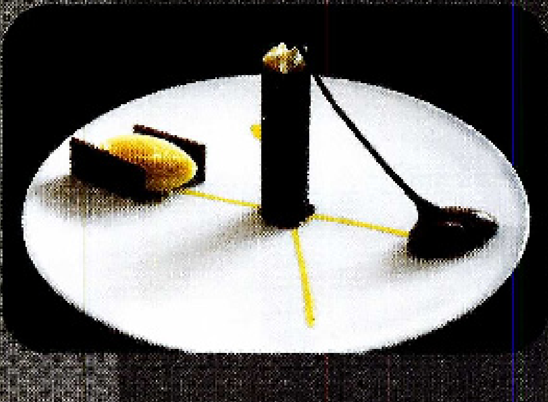
De l'autre côté, faire une quenelle de concassée de tomates.
Mettre une tuile de parmesan, la pointe en haut contre l'œuf en se servant de la purée de champignons comme appui.

Le chocolat-passion

Préparation : 30 mn + Thermomix : 24 mn 10 sec + Cuisson au four : 10 mn + Attente : 3 h

Sorbet passion :
250 g de pulpe passion
300 g d'eau
250 g de sucre semoule
Ganache chocolat :
150 g de lait
150 g de crème liquide
30 g de jaune d'œuf
30 g de sucre
150 g de chocolat noir
Ganache passion :
300 g de chocolat au lait
120 g de pulpe passion
50 g de lait
Crunch :
40 g de chocolat noir
125 g de praliné amande-noisette
2 c. à soupe d'eau
70 g de pailleté feuillantine (ou crêpes dentelles)
Tube chocolat :
100 g de beurre pommade
100 g de sucre semoule
100 g de sucre roux
100 g de jus d'orange
25 g de cacao
75 g de farine
Espuma passion :
100 g de jus passion
100 g de crème liquide à 35 % mg
20 g de sucre glace

- Sorbet passion : Verser l'eau et le sucre dans le bol et faire bouillir, amener à ébullition pendant 10 mn / 100° / vit 2. Ôter le gobelet.
- Verser sur la pulpe passion et mélanger pendant 30 sec / vit 3. Verser dans des bacs à glaçons et placer au congélateur pendant au moins 3 h.
- Au moment de servir, placer dans le bol et mixer pendant 1 mn / vit 6. Puis ajouter le fouet et fouetter pendant 30 sec / vit 3.
- Ganache chocolat : Faire chauffer le lait avec la crème. A part, blanchir les jaunes d'œuf avec le sucre.
- Verser le liquide chaud sur les jaunes et le sucre et cuire jusqu'à 85°.
- Verser le mélange sur le chocolat et bien mélanger jusqu'à ce que le chocolat soit fondu.
- Ganache passion : Chauffer la pulpe passion 3 mn / 80° / vit 3 dans le bol.
- Ajouter les 300g de chocolat au lait et mixer pendant 1 mn / 90° vit 3. Ajouter le lait 20 sec avant la fin.
- Crunch : Casser le chocolat noir et le praliné dans le bol, verser l'eau et mixer 10 sec / vit 5. Puis faire fondre 5 mn / 60° / vit 2. Enfin ajouter le pailleté feuillantine.
- Étaler finement entre deux feuilles de papier sulfurisé. Laisser durcir au frigo puis couper des petits rectangles de 2 x 4 cm.
- Tube chocolat : Préchauffer le four à 190° (th. 6-7). Placer le beurre pommade, le sucre semoule, le sucre roux dans le bol et blanchir pendant 1 mn / vit 6.
- Ajouter le jus d'orange puis le cacao et la farine et mélanger pendant 1 mn / vit 6.
- Plaquer l'appareil sur papier cuisson, en rectangles de 8 x 10 cm. Cuire pendant 10 mn à 190°. A la fin de la cuisson, retirer les tuiles de la plaque et les rouler sur un tube.



- Espuma passion : Verser le jus passion avec la crème et le sucre glace dans le bol et mélanger pendant 1 mn / vit 5.
- Mettre en siphon avec 3 bombes de gaz.
- Dressage : Garnir la moitié d'un tube chocolat de ganache passion. Faire une belle quenelle de ganache chocolat. Finir le tube avec l'espuma passion. Faire une quenelle de sorbet et mettre deux rectangles de crunch. Décor chocolat.

« Épate tes parents et tes amis en les invitant à déguster tes brochettes pour l'apéritif ! »
Mixie

L'atelier de Mixie



Poulet à croquer miel cacahouètes

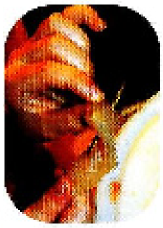
Valeur nutritionnelle par portion > 178 kcal • 747 kJ • 16 g de protéines • 10 g de glucides • 8 g de lipides

Préparation : 20 mn + Thermomix : 25 mn 4 sec

- Appuye sur le bouton « balance » et pèse les cacahouètes dans le bol.
- Puis hache-les pendant 4 sec / vitesse 6. Puis torréfie*-les pendant 10 mn / Varoma / ↺ / 🥄. Puis débarrasse-les dans une assiette plate. Dans l'autre assiette, verse le miel.



- Demande à un adulte de couper les escalopes en 2 dans l'épaisseur (comme pour ouvrir un morceau de pain en deux). Puis ouvre-les en deux, pose-les sur une feuille de film alimentaire, puis pose une 2ème feuille dessus et aplatis au rouleau à pâtisserie en tapant dessus (pas trop fort). Les escalopes doivent faire 0,5 cm d'épaisseur environ et grandir !



- Puis coupe les escalopes en larges bâtons de 2,5 cm x 10 cm. Enfile-les sur les piques en bois et pique-les dans les trous du Varoma.



- Puis verse l'eau dans le bol, mets le Varoma en place et programme 15 mn / Varoma / vitesse 2. Retire le varoma et laisse tiédir pendant 10 mn sans toucher (ça brûle !).



- Quand les brochettes sont assez tièdes, sale et poivre et trempe-les dans le miel puis dans les cacahouètes.

*torréfier : griller des grains (de café par exemple). Cela permet de libérer les saveurs de tous les fruits secs.

Pour 20 brochettes environ

Les ingrédients
30 g de cacahouètes non salées
300 g d'eau
2 blancs de poulet (140 g chacun)
1 c. à café de sel
Du poivre si tu l'aimes
2 c. à soupe de miel liquide

Ustensiles supplémentaires
Des petits piques à brochettes en bois (ou des branches de romarin sans les feuilles)
2 assiettes plates
Du film alimentaire
1 rouleau à pâtisserie

Le Mixie Plus



Tu peux faire des petites brochettes piquées dans des branches de romarin ou des bâtons de citronnelle afin de les parfumer davantage. Ou encore coupe la viande en cubes de taille régulière et alterne avec des tomates cerise.

Si tu ne peux pas manger de cacahouètes, essaye cette recette avec des graines de sésame grillées quelques minutes dans une poêle !



Bon appétit !